



(コメンテーター) く私のエフォートの使い方・考え方

著者名	木村 友美
雑誌名	東京女子医科大学女性医師・研究者支援センター女性医師支援シンポジウム抄録集
巻	平成27年度
ページ	16-17
発行年	2015-05-23
URL	http://doi.org/10.20780/00031970

コメンテーター

木村 友美

山手大塚レディースクリニック 院長

<私のエフォートの使い方・考え方>

私が医者になったのは開業医の娘に生まれたからという単純な理由であり、内科医になったのは、内科医の父を見て育った私には、医者イコール内科医であったためだ。東京女子医科大学を卒業し、母校に就職して、大学病院と医局の出張病院で診療、研究、後進の教育をして20年間を過ごし、義弟（妹の夫）の要請に従ってクリニックを開業した。宮仕えを辞して、自分で働く時間をコントロールできるようになったと思ったら、祖母、両親が次々病気になり、実家と入院先と職場を行き来する生活になった。クリニックで働いている妹に頼まれて一緒に子供を育てているうちに、小児も診療せざるを得ない状況になった。小児診療をするために小児科専門医のもとに通って勉強もしたが、小児科外来では病気以外のことも様々相談されるので、妹の子供たちを育てた経験に助けられた。

傍目からはバリバリのキャリアウーマンに見えるらしいが、本人はバリバリやっているつもりはない。流れに身を任せてやってきただけ。自分のエフォートを何に使うかなどこれまで考えたこともなかったので、「私のエフォートの使い方・考え方」というテーマの作文を頼まれて正直困っている。

私の通っていた小学校の正門脇には池があり、石碑が立っていて、そこには「人生の最も苦しい いやな辛い 損な場面を真っ先に微笑みを以って担当せよ」と書いてあった。玉川学園創設者小原國芳先生の筆による言葉である。小学校6年間、登校時にはいつも、抗いがたい衝動でこの言葉を黙読していたので、この言葉を実行できる人になるべきだと思うように摺りこまれてしまった。しかし、「真っ先に」することは難しく、「微笑みを以って担当」することは更に難しい。とりあえず、頼まれたら断らないという方法で、苦勞も買うことにした。みんなを幸せにできなくても、自分の目の前にいる人を幸せにすることを目指すことにしている。意気込んでも一人ですべてをこなすことはできない。仕事の優先順位さえ間違わなければ、だいたいのはどうにかなるが、困ったら誰かに助けを求めたほうがいい。疲れたら休んだほうがいい。但し、助けてもらえるのは、持っている能力を出し惜しみせず、自助努力をしている人だけだ。